

### SORTIE SKI DE LA RÉSIDENCE DU LAC



COLISÉE

Fiche publiée le 17/01/2019

#### OBJECTIFS

Permettre aux habitants de la résidence du Lac de maintenir un lien social. Valoriser leurs envies d'activités et d'animations. Favoriser la notion de plaisir.

#### PRATIQUE

Identifier les possibilités et les besoins des participants pour une sortie ski. Déterminer la station la plus à même d'accueillir cette action. Solliciter les moniteurs ESF pour l'accompagnement. Obtenir les autorisations des familles et des tuteurs des participants. Négocier les forfaits pour les remontées mécaniques. Louer un véhicule pour transporter les résidents. Fournir des vêtements adaptés à la pratique du ski. Solliciter le personnel accompagnant. Coûts directs (transports, fournitures, matériel, personnel) : 800 € pour six résidents.



#### DU SKI À TOUT ÂGE

Les habitants de la Résidence du Lac de La Bréole présentent des troubles cognitifs et une désorientation temporo-spatiale. Suite à un échange avec des soignants, deux résidentes, anciennes sportives, ont émis l'envie de relever un challenge : celui de refaire du ski. Le projet d'une sortie à ski est alors né et a été porté par l'équipe pluridisciplinaire de l'établissement. Les résidents désireux d'en faire partie se sont manifestés et du matériel (combinaisons, gants, bonnets...) a été mis à disposition directement par les salariés. La station de sports d'hivers Le Sauze a été retenue pour accueillir cette sortie extra-ordinaire, et les moniteurs de l'ESF ont été directement contactés pour assurer le bon déroulement du projet : les descentes étaient encadrées à minima par un moniteur et deux soignants.

#### UNE AVENTURE SPORTIVE ET HUMAINE

Six résidents ont pu bénéficier de cette activité. Des soignants ont été mobilisés pour les accompagner sur les pistes, et du personnel en repos s'est investi bénévolement le jour J. Cette activité est un véritable vecteur de lien social et constitue une aventure vers l'extérieur favorisant l'estime de soi. La prise en charge a été novatrice puisqu'elle a donné lieu à une étroite collaboration entre le personnel de l'établissement et les moniteurs de l'ESF de Le Sauze. L'EHPAD est un lieu de vie où le grand âge ne doit pas pénaliser les personnes pouvant encore avoir une activité physique ou ludique.

#### DES ÉCHANGES ET DES SOUVENIRS

Les retours des participants quant à cette sortie ont été unanimement positifs. Tous ont le sourire en évoquant ces moments partagés qui ont fait l'objet d'un affichage au sein de la structure et même d'un article de presse. Cette activité a été au cœur des discussions pendant de longues semaines et à ce jour, deux résidentes verbalisent toujours ces souvenirs malgré leurs troubles cognitifs. L'implication de l'équipe soignante de la résidence est à saluer puisqu'elle est à l'origine de ce projet à travers le soutien qu'elle a offert et la préparation ainsi que la mise en oeuvre de la sortie. L'ESF a mis à disposition du matériel et des moniteurs, la station du Sauze a permis de bénéficier de forfaits à tarifs réduits. Ce projet sera reconduit ultérieurement car les demandes de la part des résidents sont toujours présentes.

#### APPEL A CONTRIBUTION

Si vous avez mis en place des projets pour les aînés, n'hésitez pas à nous en faire part. [contact@rfvaa.com](mailto:contact@rfvaa.com)